ŻYCIE SPORTOWE

Rok II | Niedziela 28 grudnia 1947 | Nr 55 (69)

Parę uwag narciarzom

Okres suchej zaprawy skończył się. Gimnastyka dobrze zrobiła zastałym mięśniom i stawom, czujemy elastyczność i siłę rąk i nóg — wkraczamy z dobrym samopoczuciem w sezon. To przejście od ćwiczeń przygotowawczych w praktykę terenową ma dużo uroku, — jednak wymaga pewnych ostrożności. Przede wszystkim sprawdźmy stan butów, nart, więżb i kijków. Drobiazg, łatwy do naprawy w domu staje się nieznośnym na wycieczce i nieraz zatruje najmilszy dzień narciarski. I tak szew buta, lekko rozluźniony da się łatwo zeszyć, gdy zaś szczelina większa, wdziera się wilgoć i nadgryza skórę już na większej przestrzeni, niszcząc but. Szczególnie uważnie zbadać środek podeszwy, narażony najwięcej wskutek stałego zginania przy krokach narciarskich. Zszyć go i zakołkować, oraz zabezpieczyć przed wilgocią między obu warstwami skóry. Rzemienie, nadgryzione przy szczękach naprawić bądź też przesunąć nieco dalej. Zbadać, czy szczęki nie niszczą buta (tarcie zabezpieczyć. Kable kandaharów starannie opatrzyć, jeśli znajdziemy przetarte miejsce — wymienić na nowe. Przy temperaturze —10° stal staje się krucha, co jest ujemną stroną wszelkich metalowych więżb.

Jest ważną rzeczą, by but narciarski w swym pierwszym zetknięciu się ze śniegiem na początku sezonu nie nabrał wilgoci wewnętrznej. Trzeba go starannie napuścić dobrym tłuszczem (dobry smar do butów musi być wolny od szkodliwych kwasów i gryzących chemikaliów) np. tranem Buty wysychają tylko powierzchownie, a wilgoć wewnętrzna niszczy bardzo skórę. Skarpetki napraw starannie i unikaj wszystkiego, **co by w marszu mogło zetrzeć skórę — i unieruchomić cię na parę dni.** Groty u kijków przytępione często suchą zaprawą naostrz pilnikiem i zbadaj stan rzemieni u rękojeści i na talerzach.

A teraz **stoimy na śniegu. Oko nieprzywykłe do silnego blasku łzawi. Bez ciemnych okularów łatwo nabawić się** zapalenia oczu. Suniemy po puszystej bieli. Jeśli pod spodem trawa, wystarczy 8—10 cm śniegu, do biegu po równym i zjazdu wprost. **Trzeba uważać jednak przy skrętach, by nie „dobrać się" do ziemi. Jeśli masz narty bez krawężników, to użyj ich, gdy śnieg mały. Te z krawężnikami zachowaj na lepsze warunki. Zbadaj starannie stan śrubek i złączeń krawężników przed i po wycieczce. Pierwszy okres śnieżny w górach wymaga szczególnej staranności. Choć suchy i zmrożony, śnieg spadł nawet dość grubo — nie miał czasu osiąść się i spoić należycie z kamienistym podłożem. Jakże łatwo zawadzić w pędzie o skałę pod śniegiem i narazić się na wypadek! Jeśli z nizin wyjeżdżamy w góry musimy poddać się choć krótkiej aklimatyzacji.**



Myśląc o urlopie, często zastanawiamy się czy wybrać go w lecie czy w zimie. Wielu, szczególniej ci, którzy zasmakowali w sporcie narciarskim, wybiera się na urlop w zimie i tylko w góry, gdyż jedynie w pełnym ruchu, jaki dają narty, pod promieniami zimowego słońca mogą spędzić kilkanaście wolnych dni i należycie odpocząć.

Serce i cały ustrój zupełnie inaczej pracują w zmienionych warunkach. Więc nie od razu na długą i męczącą wycieczkę. Idź raczej bliżej, w łatwiejszy teren i na krótko. W następnych dniach poczujesz się w lepszej kondycji i wtedy możesz śmiało zwiększyć nasilenie ćwiczeń narciarskich. O nich pomówimy następnym razem.

LUDWIK LESZKO

Nagła odwilż

Nagła odwilż, która panowała w dniu Bożego Narodzenia, uniemożliwiła dojście do skutku licznych imprez hokejowych. W Krakowie zapowiedziany był mecz Cracovii z Wisłą, jako pierwszy w tym sezonie, który miał jednocześnie dać nam przegląd wartości naszych najlepszych hokeistów.

*

Oczekiwane w Krakowie w piątek międzynarodowe imprezy sportowe w piłce koszykowej i siatkowej Sparty (Praga) z AZS i Wisłą nie doszły do skutku, gdyż czescy sportowcy nie przyjechali.

Natomiast przyjechali ping-pongiści czescy Victorii Žižkov i spotkają się z ping-pongistami „Społem" (sobota godz. 17) i Cracovii (niedziela godz. 16) w sali „Społem" ul. św. Tomasza 43.

Głos w dyskusji

Kobieta a sport

W dalszym ciągu dyskusji na temat ustosunkowania się kobiety do sportu otrzymaliśmy ciekawe uwagi p. Elżbiety Rudnickiej:

„Sport pociąga tylko specjalne typy kobiet i to w bardzo nikłym procencie ogółu. W praktyce, każda kobieta prowadząca ćwiczenia ma wiele dowodów, że sport, zawody wprowadzają wielkie zaburzenia fizycznej i psychicznej natury u dziewcząt. Te wszystkie spostrzeżenia i uwagi z praktyki, winny być wzięte pod uwagę świata lekarskiego — i autorytatywnie rozstrzygnięte.

Dla kobiety — w każdym okresie jej rozwoju fizycznego odpowiednia jest gimnastyka, pewne gry, turystyka, pływanie, tańce narodowe, łyżwiarstwo, narciarstwo. Gimnastyka, zwłaszcza codziennie uprawiana jest dobroczynnym czynnikiem dla silnych, słabych, młodych i starszych. Gimnastykę poranną można uprawiać w najskromniejszych warunkach, 8—10 min. czasu — można umieścić w najpracowitszym nawet programie dnia. By być młodą, świeżą, rześką długie lata, można to osiągnąć zdolnością panowania nad swym życiem psychicznym, uporządkowanym higienicznym trybem życia i uprawianiem gimnastyki codziennej. By uchronić się przed wczesną sklerozą, podtrzymać sprawność płuc i serca, trzeba — jak powiedział uczony rosyjski Bohomolec — dzień zaczynać i kończyć gimnastyką. Zapewnia on, że gimnastyka daje nie tylko świeżość i rześkość, ale przedłuża o wiele lat życie.

Wychowanie fizyczne musi się stać nawykiem kobiet — potrzebą szarego codziennego dnia i objąć masy.

Podstawą organizacji, w skład której powinni wejść lekarze, psycholodzy teoretycy i praktycy wychowania fizycznego — to rada wych. fiz. kobiet. Rada powinna przedyskutować cały problem wych. fiz., dostosowany ściśle do właściwości fizycznych i psychicznych kobiety, uwzględniając okresy jej rozwoju fizjologicznego. W oparciu o zrzeszenia — związki zawodowe, powstaną ogniska wych. fiz. Kobiety raz lub dwa razy w tygodniu wezmą udział w lekcjach gimnastyki porannej — którą same potem w domu przez tydzień przeprowadzać będą. Lekcje prowadzone być muszą tylko przez fachowe siły.

Zasadą musi być: wych. fiz. tylko fachowo, umiejętnie prowadzone, gdyż w innym wypadku raczej przynosi szkodę, niż korzyści. W czasie letnim — winny być oddane kobietom do dyspozycji liczne [illegible]ska, połączone z boiskami dla dzieci, gdzie sportsmenka-matka mogłaby zostawić swe dziecko pod fachowym nadzorem, które pokieruje zabawami i grami. Nadto w odpowiednich porach roku winny być organizowane wycieczki turystyczne, łyżwiarstwo, narciarstwo, pływanie. Wczasy winny być tak pomyślane, by z nich korzystały całe rodziny!

Zdrowa, polska kobieta, to zdrowa, silna polska rodzina — to zdrowe fizycznie i moralnie młode pokolenie."

Sport za granicą

Sztokholm. Czechosłowaccy łyżwiarze w jeździe szybkiej na lodzie, trenujący w Szwecji osiągnęli ostatnio dwa czasy lepsze od rekordów swego kraju. Kolar na 500 m 45,6, Bruner na 1000 m 1,39,8 min.

Ottawa. Kanada ma duże trudności z zestawieniem drużyny hokejowej do St. Moritz. Wyznaczona do reprez. drużyna „Lotnicza" poniosła ostatnio szereg wysokich porażek. Jest to drużyna amatorska, ale zawodowcy nie mogą brać udziału w Igrzyskach Olimpijskich. I stąd kłopot. Obecnie albo drużyna lotników będzie silnie wzmocniona (czy zawodowcami nie wiadomo), albo też w ogóle Kanada nie wyśle swych reprezentantów.

Londyn. Mistrzostwo Anglii w jeździe figurowej na łyżwach zdobyli w konkurencji żeńskiej Jeanette Altvegova a w konkurencji męskiej Graham Sharp.

Pardubice. Na nowootwartym sztucznym lodowisku odbyły się mistrzostwa łyżwiarskie Czechosłowacji w jeździe sztucznej. Tytuły mistrzów zdobyli Vrzanova i Cap.

Londyn. W dniach 4—14 lutego odbędą się w Londynie mistrzostwa świata w tenisie stołowym

Vikerund. Norwescy skoczkowie znajdują się w doskonałej formie. Hans Kaastein wygrał pierwsze zawody skokiem 86 m przed Egilem Laerumem 84 m.

Paryż. Belgia pokonała team Francji w hokeju 2:1 (0:0, 1:1, 1:0).

Tilburg. Międzypaństwowe spotkanie hokejowe Belgia — Holandia zakończyło się wynikiem 3:3.

Sydney. Ze względów oszczędnościowych Australia nie zamierza wziąć udziału w rozgrywkach tenisowych o „Puchar Davisa".

Alger. Bohemians po opuszczeniu Francji gdzie pokonał w ostatnim swym spotkaniu Miramas 7:1 (2:1) zwyciężył w środę reprez. Algeru 8:1 (4:0).

Polska — Finlandia w koszykówce

Polski Związek Piłki Ręcznej za pośrednictwem poselstwa polskiego w Helsinkach — otrzymał zaproszenie na rozegranie spotkania międzypaństwowego w piłce koszykowej w Finlandii z reprezentacją tego państwa. Zaproszenie to P.Z.P.R. przyjął i ze swej strony zaproponował termin rozegrania spotkania na dzień 4 kwietnia 1948.

*

W dniu 27 bm. rozpoczyna się w Warszawie obóz grupy olimpijskiej koszykarzy. Na zakończenie kursu w dniu 4 stycznia 1948 r. odbędzie się przysięga olimpijska zawodników.

Piłka koszykowa



Piłka koszykowa jest jednym ze sportów najpełniej rozwijających człowieka pod względem fizycznym. Utworzona ostatnio w Polsce liga koszykowa z pewnością przyczyni się do popularyzacji tego sportu.

St. Marusarz nadal najlepszym skoczkiem

Zakopane (TS). Tradycyjny konkurs na Krokwi w drugi dzień świąt Bożego Narodzenia zgromadził olbrzymią ilość widzów, przybyłych do Zakopanego na święta z całej Polski. Niestety nagłe ocieplenie spowodowało, iż śnieg był mokry i śliski, a silny wiejący wiatr przysparzał skoczkom dalszych trudności. Oczywiście narażało to narciarzy na liczne upadki, które powodowały zajmowanie dalszych miejsc. Znakomity styl wykazał St. Marusarz, którym jak i osiągniętymi długościami przerastał innych. Niestety, drugi skok z upadkiem nie pozwolił mu na zajęcie pierwszego miejsca.

Na trybunie zjawili się prezes PZN i PTT wicemin. Wolski oraz gen. Kuszko. W przerwie skoków została im przez członków zarządu PZN dr Bonieckiego i inż. Bukowskiego przedstawiona nasza narciarska drużyna olimpijska z kierownikiem mgr. Woyną-Orlewiczem na czele. Przed konkursem oddał jeden skok trener F. Nore, osiągając dł. 54 m.

Konkurs wygrał Daniel Krzeptowski skacząc 67 i 65 m nota, 217,2, 2) Kula 60 i 64,5 n. 210, 3) Ciaptak 67 i 64,5 n. 206,4, (wszyscy SNPTT), 4) Schindler (Wisła) 58 i 62 n. 200, 5) Kozak (Wisła) 62 i 59 n. 195,8, 6) Gąsienica-Józkowy (HKN) 58 i 60 n. 191,9, 7) St. Marusarz (SNPTT) 69,5 i +74 n. 159 8) Tajner (Watra) +61 i 57 n. 140,6, 9) Kwapień (Wisła) 59 i 59,5, n. 132,9, 10) Hoły (Wisła) 53 i +68, n. 127,7, 11) Zarycki 40 i +53, n. 99,9, 12) Janusz 44 i 47, n. 95,7 13) St. Karpiel +69,5 i +65, n. 92, 14) Gąsienica-Samek +68,5 i +61, n. 81,3, 15) Świerk +61 i +62, n. 79,5.

Kolegium sędziów: St. Dudek, dr Witeszczak, M. Orlewicz mgr Fischer i Erik Nore. Starter I. Bujak, kierownik zawodów Fr. Bujak.

Pierwszy występ polskich hokeistów za granicą

HC Opava — TS Piast 20:4

W ub. niedzielę w Opawie HC Opava pokonała w hokeju lodowym polską drużynę TS Piast z Cieszyna 20:4 (7:3, 7:1, 6:0). Bramki dla zwycięzców padły ze strzałów Drapały, Kisczuka, Kłapetki po 4, Jedlicki 3, Vanka i Vitecka po 2, oraz Sustka, dla Piasta zdobyli bramki Hanzlik 2, Reil i Lazar.

Zmiany w składzie hokeistów?

Nasi hokeiści rozegrali dopiero 3 spotkania w tym sezonie. Niewiele to dało podstaw do ustalania dokładnego składu naszej drużyny na wyjazd za granicę. Wobec braku nowych „asów" hokejowych można było jednak przypuszczać kto będzie włączony w szeregi naszej drużyny olimpijskiej. Skład taki podaliśmy w ub. tygodniu. Obecnie SAP — mająca doskonałą obsługę informacyjno-sportową — podaje pełny wykaz ekspedycji hokejowej Polski na Igrzyska Olimpijskie w St. Moritz: „Maciejko, Przeździecki, Kasprzycki, Bromer, Kowalski, Czorych, Gansiniec, Palus, Burda, Skarżyński, Bogdol, Wołkowski, Marchewczyk, Ziaja, Lewacki, Więcek, Dolecki. Drużynę prowadzić będą: płk. Czarnik i dr Kasprzak".

Okazuje się, iż pomyliliśmy się tylko o inż. Jasińskiego, Gburka i sędziego Michalika. O Gburka można by się nie spierać, ale inż. Jasiński wykazał w ub. sezonie doskonałą formę i należał do naszych najlepszych hokeistów w Pradze. Podobno — jak mówią złośliwi — nie pojedzie on jednak z powodu niezbyt korzystnego informowania o ostatnim obozie hokejowym felietonisty J. Prutkowskiego. Jeśliby jednak i znany sędzia Michalik nie jechał, to sport hokejowy w Polsce znowu nie miałby — podobnie jak w ub. sezonie — możności sprawdzenia przez fachowego sędziego nowych przepisów hokejowych. Byłby to duży uszczerbek dla naszego hokeja, gdyż sprawa sędziów przedstawia się u nas b. słabo.

Za zasługi dla tenisa

Polski Zw. Tenisowy na posiedzeniu Zarządu w dn. 19 grudnia 1947 nadał Odznakę Honorową dla zasłużonych posłowi Al. Olchowiczowi, dr Wit. Potuczkowi i dr Wikt. Szembekowi, a nadto pośmiertnie śp. inż. Edw. Millerowi b. długoletniemu prezesowi Związku, za wybitne zasługi dla sportu tenisowego w Polsce. Wręczenie Odznaki nastąpi na dorocznym Walnym Zgromadzeniu Związku.

Odznakę tę, którą stanowi stylizowany Orzeł Polski w białej emalii, złoto obramowany, z umieszczonymi w środku inicjałami Związku na biało-czerwonym polu, posiadają dotąd od czasu powstania Związku tj. od roku 1921 jedynie oprócz wyżej wymienionych — jeszcze J. Jędrzejowska, J. Hebda, W. Horain, Ign. Tłoczyński, inż. Br. Waydowski oraz śp. P. Warmiński.

PZB ogłasza referendum

Poznań. Zarząd PZB nie zajął w ub. wtorek zdecydowanego stanowiska w sprawie decyzji Wydz. Sport. PZB odnośnie do weryfikacji wyniku meczu bokserskiego Warta—Grochów na 8:8 i postanowił odnieść się w tej sprawie z referendum do okręgów.

Decyzja ta opóźni mocno wyłonienie czwartego finalisty. Ponieważ jednak finałowe rozgrywki mają się rozpocząć dopiero 1 lutego, więc do tego terminu sprawa będzie z pewnością załatwiona.

Mistrzostwo kl. B KOZTS

Do wyznaczonego spotkania Borek — Zryw nie doszło wskutek nie stawienia się do gry Zrywu i Borek otrzymał 9:0 v. o

Tabela po ostatnich spotkaniach w kl. B jest następująca.

	gier	zwyc.	setów
1. Społem	11	11	84:15
2. Wawel	12	11	91:17
3. AKS Bochnia	9	7	56:25
4. Tramwaj	12	5	57:51
5. Nadwiślan	10	5	44:46
6. Dębnicki	8	4	38:34
7. Zwierzyniecki	11	4	40:59
8. Borek	9	2	33:48
9. Zryw	11	2	16:83
10. Bronowianka	9	0	0:91

Wojewódzki Urząd WF i PW wznawia dla kobiet, mężczyzn i młodzieży od 1. I. 1948 r. ćwiczenia gimnastyki sportowej w salach „Sokoła" w Krakowie, pod kierunkiem instr. J. Skirlińskiej i instr. J. Lewickiego. Zgłoszenia przyjmuje Wojew. Ośrodek WF. ul. Piłsudskiego 27, od godz. 17—20.

Przez szparę

Czy PZHL wiedział?



Dowiedzieliśmy się o pierwszym „występie" polskich hokeistów za granicą. TS Piast był pierwszą drużyną w Opawie, która zainaugurowała zagraniczną serię występów naszych hokeistów. Nie o wynik chodzi, nawet z jedną ze słabych drużyn czeskich. Ale czy występ ten odbył się za zezwoleniem PZHL? Już dawno prasa sportowa śląska wspominała o możliwości treningu na sztucznych lodowiskach u naszych braci czeskich — dodając niezupełnie zresztą słusznie, iż lepiej było by rozpocząć treningi na lodzie niż prowadzić zbyt długą zaprawę — i o tym, iż hokeiści śląscy szybciej będą na lodzie i to zagranicznym, niż nasi olimpijczycy.

I jak się okazuje, głosy te nie myliły się. Śląscy hokeiści umieją sobie radzić. Wykazują doskonałą troskę o rozwój hokeja w Polsce, lepszą niż nasze naczelne władze hokejowe. Obawiamy się, iż zrobili to oni jednak na własną rękę. Chyba, że PZHL dał im zezwolenie, tak, by nikt o tym nie wiedział i liczył, że odniosą sukces, a wtedy będzie dopiero głośno...

Na marginesie można by dodać, iż o PZHL jest wyjątkowo cicho. Nikt nie słyszał o jakimś komunikacie, w żadnej prasie nie ma wzmianki np. o planowaniu czy to kursów instruktorskich, wyszkoleniowych czy sędziowskich. Jedyną troską dotychczas PZHL to odpowiednie przygotowanie drużyny olimpijskiej. Ale ta wyjeżdża za parę dni. A co dalej?

A. T.

Prenumerata miesięczna bez odnoszenia zł 75 z odnoszeniem i przez pocztę zł 85. J Konto Spółdz. Wyd. „Czytelnik" Dział prenumeraty PKO IV 1632 Dział ogłoszeń PKO V III.

Redaktor Naczelny: STANISŁAW WITOLD BALICKI — Wydawca: Spółdzielnia Wydawnicza „CZYTELNIK"

Adres Wydawnictwa i Redakcji: Kraków Wielopole 1 Centrala tl. 545.60, 61-62 Adres oddziału Redakcji w Warszawie: Daszyńskiego 14 I. p Telefon 879 37, 651 48. — Redaktor Naczelny przyjmuje w poniedziałki, środy, piątki od 14—15 Sekretarz Redakcji codz. od 10—12. — Redakcja rękopisów nie zwraca. Za dział ogłoszeń Redakcja nie bierze odpowiedz.

Drukarnia Państwowa Nr. 1. Kraków, Wielopole 1, Tel. 553-06. M—36055